

もっと

「まち」と「ひと」をつなぐ情報紙

# 広報もとみや

2018  
Nov.  
No.142

11

人から人へ、  
受け継がれる  
祭りの魂。

特集 健康な歯を保つために

長屋に文政9年（1826年）から伝わる諏訪神社獅子舞。

10月第1日曜日に、27戸の氏子の皆さんが地域の繁栄を願い、舞を奉納しています。

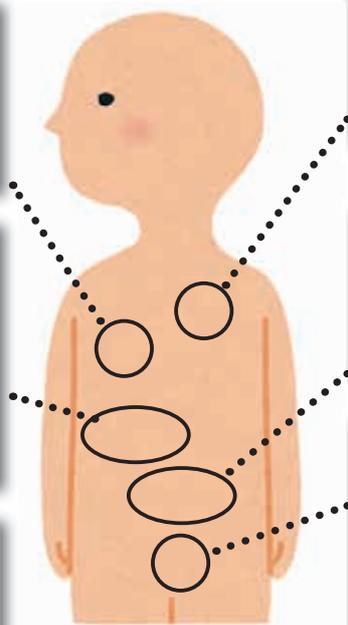


## むし歯や歯周病が体に及ぼす悪影響

健康な人の口の中にも、1千億から2千億の細菌が住みついているといわれています。むし歯や歯周病は、それらの細菌など、複数の要因が重なり合って発生します。

その要因には、大きく①甘  
②口の中心にいる細菌  
③細菌に弱い歯の質の3つが  
あります。むし歯や歯周病は、  
左図のように、さまざまな体  
の不調の原因になります。

健康な人の口の中にも、  
い食べ物や飲み物に含まれる  
糖分 ②口の中心にいる細菌



**狭心症・心筋梗塞（心臓）**  
歯周病菌が心臓付近の血管に付着することで、心筋梗塞などの原因になります

**肥満（お腹）**  
よく噛まないと満足感が得られず、食べ過ぎて肥満になります

**早産や低体重児（子宮）**  
歯周病が原因で、妊婦さんの子宮や胎盤に悪影響をおよぼし、早産や低体重児の確率が高くなります

**肺炎（肺）**  
歯周病菌など口の中の細菌が器官に入り込み、肺炎にかかることがあります

**糖尿病（すい臓）**  
むし歯や歯周病があると、血糖をコントロールするインスリンの作用が抑えられてしまい糖尿病になる恐れがあります

この他にも認知症や骨粗しょう症、がんなどの病気の原因になることがあります

# お口の中から健康生活 健康な歯を保つために

## 福島県は「むし歯有病率」が全国上位！

学校保健統計調査と福島県地域保険事業実績報告によると、平成 28 年度の福島県の 6 歳児むし歯有病率は 55.1 パーセント、3 歳児健診でのむし歯有病率も 23.5 パーセントと全国でも上位の結果でした。さらに、本宮市のむし歯有病率も、全国や県平均を上回る結果となっています。

食べ物をおいしく食べるために、歯は欠かせません。20 本以上の歯があれば、ほとんどの食べ物を噛みくだくことができ、味を楽しみながらおいしく食べることができます。しっかり噛むことで、唾液の分泌が促され、胃や腸での食べ物の消化・吸収もよくなり、健康につながります。

また、歯の健康を損ねてしまうと病気の原因にもつながります。歯の病気である歯周病は、生活習慣病の原因となる肥満や高血糖などの原因となり、私たちの健康に大きな影響を及ぼします。

今回は、健康に大きく影響する歯の健康を、どのように保つかについて考えます。

	3 歳児健診	6 歳児
全国	15.8%	42.8%
福島県	23.5%	55.1%
本宮市	24.3%	62.7%

平成 28 年度むし歯有病率  
地域保健事業実績報告、学校保健統計調査より



### 子どもの歯のケア〜フッ化物を活用した取り組み〜

市では現在、虫歯予防のため、市内の保育所・幼稚園の 5 歳児クラスを対象に週一回フッ化物洗口を実施し、子どもたちの歯のケアを行っています。

フッ化物とは、自然界に広く存在する物質で、肉や魚、海藻、緑茶やみかんなど、私たちが普段食べているものにも多く含まれている環境物質です。フッ化物応用の有効性と安全性は、WHO（世界保健機構）で認められています。

フッ化物の有効性について、安達歯科医師会副会長で、大道寺歯科医院院長の大道寺智幸医師は、「むし歯になると歯を構成するカルシウムが溶けてしまいます。フッ化物は、むし歯になり溶けだしたカルシウムを、元に戻す作用を促す効果があります。また、むし歯は酸により歯を溶かしますが、フッ化物は歯の表面に、酸に溶けにくい結晶を作り出し、歯の質を丈夫にした

り、むし歯菌の活動を抑えて酸を出しにくくしたりします」と話します。さらに、子どもに対するフッ化物の活用についても「乳歯が生え変わる時期からフッ化物を使用することで、新しく生えた永久歯をむし歯に強くすることができるので、就学前の時期からフッ化物を使用することはとても有効」と使用を推奨しています。

フッ化物の安全性も問題ありません。一回当たり約 5 ミリリットルのフッ化物を使用しますが、この量では中毒などの心配はないと、WHO も言及しています。皆さんもお子さんが小さい頃から、むし歯予防としてフッ化物を利用してはいかがでしょうか。



大道寺歯科医院  
大道寺智幸 院長

## 毎日の歯磨きが歯の健康の基本です

歯周病やむし歯を予防するためには、歯磨きなどのセルフケアが欠かせません。歯科衛生士の丹野沙緒梨さん（右）と渡辺麗華さん（左）が、歯周病やむし歯の原因となる歯垢（しこう）を取り除くための一般的な磨き方を紹介します。一人一人にあった磨き方があるので、歯科医師や歯科衛生士にアドバイスをもらおうと、より効果的です。



### 歯磨きのポイント



歯ブラシの毛先を歯と歯の間に入れるようにして一本あたり 15 回程度磨きます



上の奥歯は、口を開けて磨くと、ほほの肉が邪魔をするので、口を閉じた方が磨きやすくなります



歯周病予防のために、歯の付け根と歯茎の境目を、やさしく磨きましょう。

### 歯ブラシの選び方・持ち方

歯垢をきれいに落とすためには、適切で正しい歯ブラシの選び方・持ち方を理解することが大切です。

歯ブラシは、毛足がストリート、毛束は3〜4列程で、通気性の良いものを選びましょう。硬さは、歯茎に炎症がある場合は柔らかめ、健康な歯の人はやや硬めか普通を選ぶと良いでしょう。

歯ブラシの持ち方は、鉛筆を持つようにすると歯ブラシの動きと力加減を調整しやすくなります。

### 基本的な歯の磨き方

歯の磨き方の基本は一本ずつ丁寧に磨くことです。また、  
①歯と歯茎の境目、歯と歯の間  
②奥歯と後ろ側、奥歯の噛み合う面  
③前歯の裏側は磨きにくい所です。その箇所を磨くときは、①歯ブラシを斜めにして歯にあてる②歯間ブラシや糸ようじで丁寧に磨くようにしてください。

自分の歯に合う磨き方を、歯科医師や歯科衛生士に指導してもらい、自分の磨き方を習得するのも良いでしょう。

### 定期的な歯の健診が重要

どんなに丁寧に磨いても歯の汚れは残ってしまいます。定期的に歯科医師の健診を受け、歯の汚れをチェックしてもらいましょう。

最近では、歯科医師による専門的な歯のクリーニングもありです。自分では取り除けない歯周ポケットの歯垢や歯石（しせき）などを取り除くほか、歯垢をつきにくくするために歯の表面を滑らかにします。セルフケアだけでなく、定期的な歯の健診を受けましょう。

## 高齢者への歯科口腔健康診査の実施について

後期高齢者医療保険では、被保険者を対象に、歯科健診を実施しています。受診していない人は、この機会に、歯科健診を受診しましょう。検査は受診券に登録された医療機関で受診できます。

- ▶日 時：平成 30 年 11 月 30 日（金）まで
- ▶対象者：後期高齢者医療被保険者で昭和 17 年 4 月 2 日から昭和 18 年 4 月 1 日までに生まれた人
- ▶検査項目：噛み合わせ、歯周組織、飲み込みの状態
- ▶備考：対象者には 5 月下旬に案内状兼受診券を送付しています。なくした人はお問い合わせ先にご連絡ください。
- ▶問い合わせ：福島県後期高齢者医療広域連合 ☎ 024-528-9024





## 食べて元気な歯をつくろう

健康寿命を延ばすためには、たくさんの種類の食べ物を取ることが重要です。よく噛める人は摂取できる食品のバリエーションが多くなり、吸収できる栄養素も豊富になります。そこで、市の栄養士として食の健康に携わる鹿野幸恵が、食物繊維が多く弾力性に富んでいて、しっかり噛めるメニューを紹介します。皆さんもぜひ作って食べてみてください。

材料 1 人分  
 合挽きひき肉 100 g  
 レンコン 15 g  
 えのき茸 10 g  
 卵大さじ 1  
 パン粉 小さじ 2  
 塩コショウ 少々  
 (タレ)  
 ウスターソース 大さじ 1  
 ケチャップ 大さじ 1・1/2  
 砂糖 小さじ 1  
 水 少量



子どもでも食べやすい  
 レンコン入りハンバーグ

### 作り方

- ① レンコンはみじん切り、えのき茸は細かく切ります。
- ② 卵を割りほぐし、パン粉を計量します。タレの調味料（ウスターソース・ケチャップ・砂糖）を計量してよく混ぜます。
- ③ ボールに、ひき肉、①のレンコン、えのき茸、②の卵液、パン粉、塩・コショウを入れよく混ぜます。まとまってきたら、小判型にまとめ、中央にくぼみをつけます。
- ④ フライパンにサラダ油を少量入れ、③のハンバーグを入れて少し焦げ目がつくくらい両面を焼きます。中心に竹串を刺し、肉汁が透明になれば焼き上がりです。②のタレをフライパンに入れ、ハンバーグを煮込んで、器に盛り付けます。

材料 1 人分  
 ごぼう 30 g  
 にんじん 10 g  
 コーン缶 10 g  
 ツナ缶 10 g  
 マヨネーズ大さじ 1~2  
 ヨーグルト大さじ 1  
 塩・コショウ少々



あっさりとした風味  
 ツナ入りごぼうサラダ

### 作り方

- ① ごぼう、にんじんをさがきに切ります。ごぼうは、アクがあるので水にさらしておきます。ごぼうとにんじんは湯がいておきます。
- ② ツナ缶とコーン缶の水気をきります。調味料（マヨネーズ、ヨーグルト）を計量してよく混ぜます。
- ③ ボールに、①のごぼう、にんじん、②のツナ、コーン、調味料を入れ、よく混ぜます。塩味が足りない場合は、塩・コショウで味を調え、器に盛り付けます。

### 妊婦さんへの歯の検診

市では、妊婦さんを対象に歯科検診を実施しています。妊娠すると、つわりやホルモンバランスの影響を受けむし歯がでやすくなります。市では妊娠中から「お口の健康」に関心を持ち、むし歯予防と生まれてくるお子さんの歯を大切にすため、妊娠中の歯科検診の費用の一部を助成しています。受けていない人は、この機会にぜひ受診しましょう。

内容：母子健康手帳と「母子の健康のしおり」の中にある「妊婦歯科検診受診票」を記載し、指定医療機関窓口へ提出してください。指定医療機関は、市内10カ所の歯科医院になります。詳しくはえぼか内の保健課へお問い合わせ下さい。

自己負担額：1,240円  
 問い合わせ えぼか内保健課  
 ☎63・2780

### セルフケアと定期的な検診を

今回の特集では、歯周病などの歯の病気が体に悪影響を及ぼすことを紹介しました。お口の中をきれいに保つことは、おいしく食べることでだけでなく、健康のためにも有意義なことです。

そのため、むし歯や歯周病などの早期発見が大切になります。かかりつけ歯科医をつくって、定期検診を受けることで、ご自分の歯にあった治療や歯科予防のアドバイスが得られ、健康な歯を保つことができます。

また、幼少期から家庭での歯磨きなど歯のケアを行うことが重要です。フッ化物を活用した歯のケアはお手軽にむし歯予防を行える方法です。歯の健康を保つため、今回紹介した歯磨きの方法や食生活などのセルフケアと合わせて、妊婦さんへの検診や、定期的な歯の検診を受けてみてはいかがでしょうか。

# 平成32年の完成を目指す 本宮駅東西自由通路

本宮駅東西自由通路と  
駅舎完成イメージ図（東口）



展望デッキ完成イメージ図



自由通路内完成イメージ図



本宮駅西口イメージ図

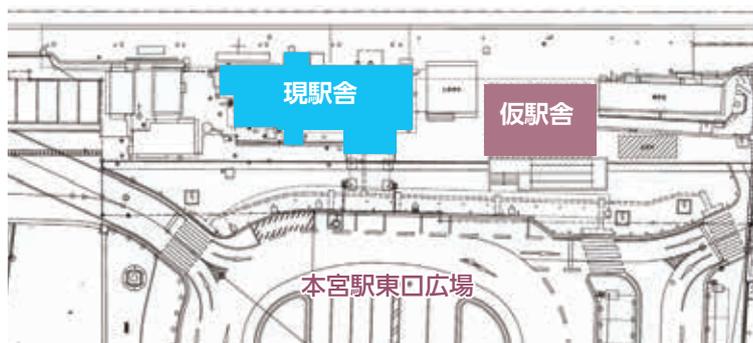


現在、市では市街地活性化やにぎわい創出につながるため、地域交流センターや本宮駅周辺駐車場、本宮駅東西自由通路、本宮駅西口広場などの駅周辺の整備計画を進めています。この度、平成30年11月から本宮駅東西自由通路などの建設工事に着手します。

今年度は本宮駅東西自由通路の建設に伴う仮駅舎の建設と、現在の駅舎の解体工事を予定しています。

※平成32年にすべての工事完了を目指して工事を進めています。工事中は、市民の皆さんに、ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしく願います。

※工事の詳細につきましてはその都度お知らせします。



## ●本宮駅東西自由通路などのスケジュール

- 平成30年度 仮駅舎建設・現在の駅舎解体
- 平成31年度 本宮駅東西自由通路建設工事
- 平成32年度 現在のご線橋の撤去

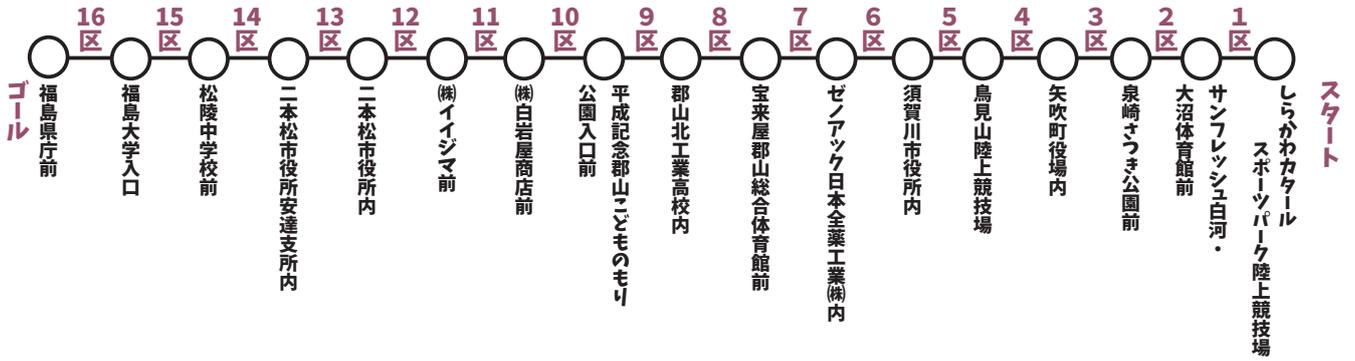
問 まちづくり推進課 まちづくり係 ☎24-5405

# 第30回ふくしま駅伝

## 本宮市代表チームへ応援をお願いします



第30回ふくしま駅伝が、11月18日、しらかわカタルスポーツパーク陸上競技場をスタートし、福島県庁前をゴールとする94.8キロメートルのコースで開催されます。本宮市でも代表チームが参加し、県内や市内を駆け巡ります。第11中継所となる(株)白岩屋商店前を、午前10時57分頃通過予定ですので、皆さん誘いあわせのうえご声援をお願いします。



4区(警視庁)  
佐藤 勝茂さん



3区(本宮二中2年)  
松岡 颯馬さん



2区(田村高3年)  
高橋 優生馬さん



1区(安積黎明高1年)  
斉藤 葵さん



コーチ  
橋本 真さん



コーチ  
根本 敏明さん



監督  
高橋 寛紀さん



11区(白沢中3年)  
酒井 伶菜さん



10区(コモディイダ)  
渡辺 晋史さん



9区(本宮二中2年)  
吉本 果愛さん



8区(本宮二中3年)  
遠藤 滉己さん



7区(本宮二中3年)  
白田 悠生さん



6区(安達高3年)  
二瓶 竜也さん



5区(学法石川高2年)  
佐久間 拓夢さん



補欠(白沢中3年)  
渡辺 響さん



補欠(郡山東高1年)  
渡辺 晟哉さん



主将16区(ネットヨタ福島)  
吉田 和矢さん



15区(本宮一中2年)  
中川 優姫さん



14区(安積高1年)  
大内 陸さん



13区(白衛隊宇都宮)  
小野 陽平さん



12区(白衛隊土浦)  
山崎 裕悟さん



補欠(本宮二中1年)  
茅場 凌那さん



補欠(白沢中1年)  
三瓶 瑞希さん



補欠(清陵情報高2年)  
畑中 優花さん



補欠(本宮一中1年)  
高橋 蒼獅さん



補欠(白沢中1年)  
国分 遥哉さん



補欠(本宮二中2年)  
菅原 海音さん

もみや駅伝競走大会

秋の本宮を駆け巡る

第12回もみや駅伝競走大会は、10月21日、高木の本宮運動公園をスタートし本宮第一中学校体育館をゴールとする全長21.2キロメートルの市内特設コースで開催されました。競技は、10区間をつなぐ小学生の部、中学生の部、健康の部、5区間をつなぐ中学生駅伝の部、一般駅伝の部で行われました。

参加したランナーらは沿道からの声援を受けながら市内各所を巡り、紅葉が始まる木々や金色の田んぼが広がる風景の本宮市内で、爽やかな汗を流しました。



ゴールを目指し一斉にスタートするランナー

相模女子大学・本宮高校協同作業

秋の美りを収穫する

本宮市と地域協働活動協定を結ぶ相模女子大学の学生と同大高等部の生徒ら22人は、10月6日、今年5月に田植えをした市内の田んぼで稲刈りを行いました。県立本宮高校のJRCインターアクト部の生徒12人も参加し、たわわに実った古代米を一株一株丁寧に刈り取りました。作業の間には、春に学生らが仕込んだ手作り味噌を使った豚汁が振る舞われ、実りの秋を満喫する1日となりました。

収穫された米は袋詰めし、11月3日4日に開催される相模女子大学の学園祭「相生祭」で販売される予定です。



古代米の稲刈りを体験する学生ら

市民体力測定会

スポーツの秋に体力測定

第12回市民体力測定会は10月7日、本宮市総合体育館で開催されました。

体力測定会は本宮市スポーツ推進委員会が主催し、市民約70人が参加しました。参加者は握力測定や長座体前屈、上体おこし、反復横跳び、10メートル障害物歩行などを行い、自分の体力がどの程度あるのかを測定しました。

参加者からは「普段あまり運動できないので、自分の体力がどの程度なのかを知る良いきっかけになった。体力が維持できるよう、これから運動をしていきたい」との声がありました。



体力測定を行った参加者

本宮市敬老会

各地区で敬老会を開催

平成30年度の本宮市敬老会は、9月1日から26日にかけて各地区で開催され、70歳以上の市民が招待されました。敬老会では、金婚夫婦の表彰や保育所に通う子どもたちの踊りの披露が行われたほか、トランペット奏者ZOOKやお笑い芸人の三瓶らが会場を盛り上げました。



結婚50年を祝った金婚夫婦の表彰【本宮地区】(写真右)  
ステージイベントに拍手を送る参加者【稲沢地区】(写真左)

百歳賀寿贈呈式が行われる

健康長寿を祝う



百歳賀寿贈呈式が行われた鈴木キクさん(右)と飛田ナツヨさん(左)

鈴木キクさん(白石字寺内)と飛田ナツヨさん(糠沢字原)の百歳賀寿贈呈式は、それぞれ10月5日と10月19日、ご自宅で行われ、ご家族をはじめ、市長や市議会議員など多くの皆さんが参加し、お2人の長寿のお祝いと、これからの更なる健康を祈りました。

赤十字奉仕団

長年の活動を称える

10月16日、郡山市で行われた日赤福島県支部主催「赤十字ボランティアのつどい」で、金色有功章に本宮赤十字奉仕団員4人、白沢赤十字奉仕団員2人、銀色有功章に本宮赤十字奉仕団員5人、白沢赤十字奉仕団員3人が受賞されました。赤十字奉仕団は、災害時の炊き出しや一人暮らし高齢者への給食サービスに協力するなどの活動をしています。



市長に受賞を報告した赤十字奉仕団の皆さん

秋の全国交通安全運動

無事故を目指す

秋の全国交通安全運動合同出動式は、9月21日、郡山北警察署本宮分庁舎で行われ、本宮市と大玉村の交通団体などが参加しました。式終了後は、車両パレードで広報巡回し、市内スローパーなどで街頭キャンペーンを実施し交通安全を呼びかけました。日照時間が短くなりますので早めのライト点灯を心がけましょう。



車両広報パレードへ出発する様子

東京もとみや会通信 その42

『第4回総会・懇親会のお知らせ』

東京もとみや会では来る11月18日(日)に「第4回総会・懇親会」を開催いたします。例年、高松市長はじめ賛助会員、商工会、ライオンズクラブ、ロータリークラブ、福島県東京事務所や関東あだたら大玉の会等の皆様方に来賓としてご出席を賜っており、懇親会では、会員の皆さんが来賓の方々との交流や会員相互の親睦に花を咲かせております。今年は本宮出身の歌手2名の方に出演いただき、また職員の方々による物品販売や本宮産コシヒカリが当たるお楽しみ抽選会もあり、盛りだくさんの内容となっております。もし、お知り合いに本宮市出身で関東地域にお住まいの方がいらっしゃいましたら、本会合へのご出席をぜひお勧めいただくと幸いです。



東京もとみや会 副会長

石川 孝一さん

○日時：11月18日(日)午後1時より ○場所：東京JR四ツ谷駅前「主婦会館プラザエフ」地下2階「クラルテ」の間  
詳細については下記へお問い合わせください。

お問い合わせは、「東京もとみや会」事務局へ 千葉県柏市南逆井6-3-13 野地 博 ☎04-7175-0517 Eメール：hiroshi-nj@jcom.home.ne.jp

こんにちは！市長です vol. 71



本宮市長 高松 義行

「英国庭園親しまれ一周年」皆さん、こんにちは。

もとみや秋祭りの先陣子が市内各所に鳴り響き、秋の恵みに感謝をする秋季例大祭では、皆様にも楽しんでいただけたでしょうか。昨年11月4日に、本市に新たな名所「英国庭園」が誕生し、一周年となりました。プリンス・ウィリアムズ・パークが震災、原発事故からの復興を目的に整備され、ウィリアム王子がご来訪されたご縁から実を結んだものです。本年7月には、昨年に引き続き「未来へつなげるもとみや英国訪問団」が英国を訪問し、現地の中学生やオリンピック委員会、パラリンピック委員会の方々と交流を深めてまいりました。開園以来、英国関係者を始め、市内外から多くの方々においでいただいております。また、大変うれしく思います。また、英国大使館の元お庭番で英国庭園アドバイザーの濱野氏の指導のもと、サポーターの皆様により、季節のそれぞれにバラなどの植栽や植え替えをいただき、来場者の目を楽しませていただいております。今後とも、皆様と共に庭園を育て、憩いの場として愛され、国際交流の発信の地となることを

願っております。

第12回もとみや駅伝競走大会が開催されました。当日は絶好の駅伝日和のもと、秋のもとみや路を小学生から一般までの5部門に、過去最多の60チームの選手の皆さんの参加により、一本のタスキに思いをつないでいただきました。本年も友好都市協定を結び市制施行60周年を迎えられた埼玉県上尾市から2チームの特別参加をいただき、大会を盛り上げていただきました。選手の皆様、大会運営にご尽力をいただきました関係者の皆様、そしてコース沿道から大きな声援をいただきました皆様に御礼申し上げます。

11月11日に本宮市しらすわ秋祭り、白沢公民館前のふれあい夢広場を中心に開催されます。本市と地域協働活動に関する協定を結ぶ相模女子大学の学生さんが、地元食材を利用して企画したマーガレット弁当の販売が予定されております。また、3日・4日には相模女子大学の学園祭「相生祭」で、マーガレットファームで収穫された食材が販売されます。農作業を体験し、自ら商品の企画・販売することで本市の風評対策にお力添えをいただいておりますことに感謝申し上げます。

霜月を迎え、一日の温度差による「秋バテ」もあるようですので、体調管理に充分ご留意のうえお過ごしください。

(10月23日執筆)



①本宮高校書道部による英国祭看板の作成パフォーマンス  
②親子連れで賑わう会場 ③会場周辺を回遊したロンドンバス

## 歌 英国祭 や食べ物で英国文化を体験

一般社団法人もとみや青年会議所が主催する英国祭は、9月22日、プリンス・ウィリアムズ・パークで開催されました。当日はロンドンタクシーやバスに乗って会場周辺を回遊したり、会場では日本と英国の食べ物が味わえる飲食ブースが設けられるなど、日英の文化が体験できるイベントが催されました。参加者はスコーンなどの英国料理に舌鼓を打つなど、英国文化を体験しました。

## 無 長屋・諏訪神社祭礼 形文化財の獅子が舞う

市指定無形文化財「諏訪神社の獅子舞」が、10月7日、長屋神社・諏訪神社で行われ、190年の歴史があるという伝統の舞が奉納されました。諏訪神社の獅子舞は、地域の繁栄を願い、氏子の皆さんにより途絶えることなく传承されてきました。色とりどりの願い事が書かれた籠(ささら)と呼ばれる竹の枝は縁起ものとされ参拜者に配られました。



氏子の皆さんにより奉納された獅子舞

大勢の参加者がプレーしました



## 第2回本宮市長杯市民パークゴルフ大会 一打一打に力をこめる

第2回本宮市長杯市民パークゴルフ大会は、9月13日、本宮市コミュニティ交流広場パークゴルフ場で開催され、104人が参加しました。

大会は9ホールを4回行い、その合計打数により争われました。当日は天候に恵まれ、参加者は秋の爽やかな風の中、カップを目指しナイスショットを繰り出しました。

**絢** 若槻せつ子コレクション展  
爛豪華な衣装を展示

本宮市出身のファッションディレクター若槻せつ子さんの「若槻せつ子ヴィンテージ打掛コレクション展」が白沢ふれあい文化ホールで開催されました。若槻さんの打掛コレクション 500 点の中から昭和のバブル期の豪華な衣装 30 点と藤原紀香さんがステージ衣装として着用した着物ドレス 1 点が展示され、来場者は絢爛豪華な衣装に魅了されました。



コレクション展で展示された衣装

読み上げられた札を探す参加者



**歴** もとみやかるた大会  
史や昔話にもとづくかるた

第 6 回もとみやかるた大会は、9 月 29 日、サンライズもとみやで開催されました。「もとみやかるた」は、平成 23 年度に本宮むかしむかしの会が、本宮の歴史や昔話を後世に伝えるために制作したものです。大会は 1 チーム 3 人で小学生の部 3 部門と一般の部の計 4 部門で競われ、参加者は一枚でも多くの札を取るため、真剣な表情で競い合いました。

**全** 本宮手編みサークル  
国編物コンクール多数入賞

全日本編物教育協会主催の全国編物技能検定試験で本宮手編みサークルの会員の皆さんが多数入賞しました。皆さんは市内で教室を開く山田敏子さん(舘町)の指導を受けています。

- 【検定部門】〈初級〉(努力賞) 森田貞子 (デザイン賞) 斉藤栄子  
(技能賞) 榊原和子、菊地桂子  
(アイデア賞) 筋内民子、橋本ミチ子  
(優秀賞) 折場沢八重子  
〈中級〉(努力賞) 今泉孝子  
【一般部門】(優秀賞) 平野萌世  
(デザイン賞) 大橋法子、白岩良子  
(努力賞) 大竹ヨシ子 (敬称略)



入賞した作品とサークルの皆さん

参加者と交流する子どもたち



**芋** ふれあい芋煮会  
煮でたくさんの交流

本宮市社会福祉協議会が主催するふれあい芋煮会は、10 月 4 日、みずいろ公園で開催され、市内に住む 70 歳以上の一人暮らしの人や、障がい者福祉施設利用者の皆さんなど約 300 人が参加しました。芋煮会では、小学生による演奏や保育所に通う子どもたちによるお遊戯などが披露され、参加者からはたくさんの拍手が送られました。

Life!

Work!

# ヒトとシゴト つながるもとみや

福島県の『へそのまちもとみや』。

交通の要衝の本宮市には多数の企業が立地し、地元で生活する若者も多く働いています。このコーナーでは、そうした働く若者と企業を紹介していきます。

地元で働き、暮らす選択を考えてみませんか。

紹介者：川名建設工業株式会社

渡辺嗣美さん(22)

白岩字堤崎在住

Work!



Q. どんなお仕事？

A. 本宮字田中にある川名建設工業に勤めて5年目になります。現場監督者として、工事で使う物資の調達や作業員の確保、依頼者や現場作業員と行程会議を行うなど、工事全体の管理・運営を取りまとめる業務をしています。

Q. どうしてこの仕事を選んだの？

A. 中学生の時に震災を経験し、土砂崩れなどの現場が元通りになっていく様子を見てすごいなと感動し、自分もこの仕事につきたいと思いました。

Q. 仕事でやりがいを感じることは？

A. 何もない森の中に、自分が思い描いたとおりの道が通ったり、壊れていた堤防が元通りになっていく現場を見ると仕事の達成感を感じます。職場内も風通しがよく、分からないことや困ったことを先輩たちに聞くと丁寧に教えてもらえるので、とても仕事がやりやすいです。



Life!

Q. 休みの日は何をしています？

A. バイク仲間とツーリングをしたり、車で家族と県内各地にドライブに出かけたりしています。これから紅葉が綺麗な季節になるので、妻と1歳の子どもを連れて会津方面へドライブを計画中です。

Q. これから本宮市で働く人へ！

A. 郡山市や福島市に気軽に買い物に行けるし、海や山でレジャーを楽しむにも、本宮市はとても良いところにあると思います。福島へのそこのまちで一緒に頑張りましょう。



## 取材企業

川名建設工業株式会社

昭和26年創業

本宮市本宮字田中47-2

TEL:0243-33-2755

事業内容：一般土木・とび・土木・舗装・  
水道施設・解体工事業

1951年(昭和26年)10月に創業し、公共事業の一般土木やとび土木、舗装工事を請負施工する総合建設業を営む会社です。現場技術者13人や重機車両オペレーター7人など、37人の従業員が在職しています。ユースエール認定企業となり、仕事と家庭の両立支援に力を入れ、明るく快適で働き甲斐のある会社を目指しています。

ガーデン特製・並 (830円)



毎日食べても飽きない味

# ガーデン金丸

■営業 11:00～14:00 17:00～20:00  
(スープがなくなり次第終了)

## SHOP INFO

- 住所 本宮字万世 145-3
- 電話 33-4281
- 定休 火曜日
- 駐車場 10台

「ガーデン金丸」は、昭和45年から親子2代で続く老舗の食堂。一番人気の「ガーデン特製・並」は、醤油ラーメンとから揚げ、ライスに、漬物とコーヒードリンクが付くセットメニュー。開店当時、近くの工場で働くお客さんの「ラーメンも食べたい、ライスも食べたい」という要望を叶える形でメニューが誕生しました。

「ラーメンは毎日でも食べられるものを」という信念で作るスープは、親鶏ガラ、若鶏ガラ、親鶏モモ肉と香味野菜のみを丁寧な煮込み、あっさりしているながら奥深い味に仕上げられています。大きな鶏ムネ肉のから揚げは、秘伝の技で柔らかくジューシーな食感で、地元産コシヒカリのライスとの相性もバッチリ。

ラーメンが肉うどんに代わる「ガーデン特製・上」もお勧めです。

## ■秋祭り (安達太良神社秋季例大祭)

本宮の秋の風物詩。男衆が大きな神輿を担ぎ街を練り歩く「裸神輿」や三方部の先囃子・太鼓台が運行される。



秋祭り

# 本宮かるた巡礼

その二十

## 秋祭り (裸神輿)



秋祭り

安達太良神社秋季例大祭(もとみや秋祭り)は、その昔は10月24・25・26日に行われていたが、社会情勢などを考慮し、現在は10月最終週の金・土・日曜日に行われています。お祭り中は、街中に露店が立ち並び、神輿や先囃子・太鼓台が練り歩き、大勢の観客で活気があふれています。

本来、裸神輿は「裸をした体で、私にはけがれた物を身に付けておりません。心も乱れておりません」と神様に誓って担ぎます。しずしずと現れた神様・神輿に頭を垂れて感謝し、新米、御餅、野菜を差し出し、神様に「おかげさまで」とお礼を言います。その後には、大勢の男衆が神様と一緒に豊作の喜びを味わい、氣勢を揚げることが裸神輿です。

本宮かるたは、本宮市観光物産協会(市役所商工観光課内)・白沢ふれあい文化ホールで購入することができます

# Teatime

WITH SARA



こんにちは！国際交流員のサラです。  
学生時代はスコットランドのセント・アンドリュース大学で過ごしていたので今回はスコットランドの記念日と国旗の話をご紹介します。



スコットランドでは11月30日はセント・アンドリュース・デーとして祝日となっています。これは、キリストの12使徒の1人「聖アンデレ」がX形の十字架に処刑された日なのです。

聖アンデレとスコットランドの旗の関係は8世紀にさかのぼります。スコットランド北東部のピクト王国は英国北部ノーサンバランド州と戦っていました。戦いの直前にピクト王は聖アンデレに命を守るようにと祈りました。その後、戦場で見上げるとXの形の雲が姿を現しました。これは聖アンデレからのメッセージでした。

ジでした。

それから、ピクト軍が勝利を収め、聖アンデレに感謝を表し国の守護聖人を指名しました。このことから青地に白のX形がスコットランドの国旗と制定されました。

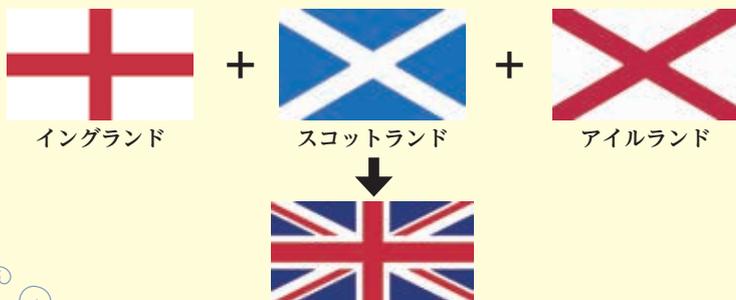
スコットランドでは、11月30日は、みんなでウィスキーや国の伝統的な踊りである「ケイリーダンス」、花火などを楽しむ日となっています。

あなたも、今月末はセント・アンドリュース・デーをお祝いしませんか？



セント・アンドリュース大聖堂の遺跡

## ◆イギリスの国旗（ユニオンジャック）の成り立ち



ゲール（スコットランド）語  
Wee ウィー（小さい） Lassie ラシー（女性）  
Aye アイ（はい） Nae ネイ（いいえ）  
Oot ウート（出る）

商店街が「ゲーム」になっちゃった！

11月17日 土

■集合時間 9時00分 ■場所 中條ゆめひろば  
(セブンイレブン本店前)

参加者募集！

みんなでつくる みんなのラジオ

**ON AIR 77.7**

FM モットコム情報

第5回 商店街すごろく大会 11月17日開催

スタートにもどる

100 HAPPY

3つすむ

【例】 魚の名前を当てたら 100ハッピーゲット！

### 商店街すごろく大会とは？

- ①誰でも参加出来る、商店街をすごろくのボードにしたゲームです。（お店が進むコマになります）
- ②色々なお店で、色々なゲームやクイズを準備しています。

【申込】①1チーム5名以内②参加料：ひとり500円  
■締切 11月14日（水） ■先着 50組 ◎バック持参



みんなでつくるみんなのラジオ

**Fm Mot.Com 77.7MHz**

エフエム モットコム

TEL0243-63-0008 FAX0243-63-0050  
web@fm-mot.com



# 復興のあゆみ

## 野生のキノコ類の検査をお勧めします

9月は全29品目・52検体の測定を行った結果、野生のキノコ類で基準値となる1キログラムあたり100ベクレルを超えたものがありました。

市内3カ所の測定所で検査を行っていますので、お気軽にご利用ください。

### ■本宮市産のキノコ類の制限

制限荷	キノコ類	原木シイタケ（露地）
		野生キノコ（菌根菌類、腐生菌類）

【測定の申し込み先】（受付時間（平日）午前9時30分から午後4時30分まで）  
放射能除染・  
モニタリングセンター ☎ 63-2682  
白沢測定所（白沢総合支所内）☎ 44-2113  
荒井測定所（荒井地区公民館内）☎ 24-8781

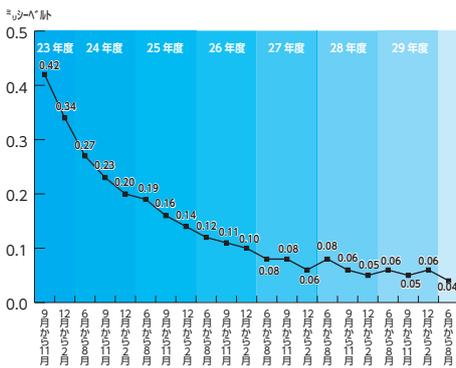
### ■全29品目・52検体の測定結果 【集計期間9月3日～9月28日】

品目	検査数	検出数	最小値 (Bq/kg)	最大値 (Bq/kg)	100Bq/kg以上の検出数
野生キノコ（サクラシメジ）	3	3	88.60	810.90	2
野生キノコ（サクラシメジ）ゆで	2	2	38.80	63.20	-
野生キノコ（ハナイクジ）	1	1	118.00	118.00	1
野生キノコ（イグチ）	1	1	78.10	78.10	-
野生キノコ（イグチ）ゆで	1	1	72.60	72.60	-
野生キノコ（イノハナ）	1	1	556.10	556.10	1
栗	11	1	27.70	27.70	-
梨、ネギ	各3				
カボチャ、キャベツ、キュウリ、サヤインゲン、ダイコン菜、ホウレンソウ	各2				放射性セシウム (Cs134・Cs137) が検出された品目はありませんでした。
野生キノコ（千本シメジ）ゆで、小豆、枝豆、柿、サツマイモ、サトイモ、ジャガイモ、春菊、スダチ、ナス、ニンジン、パプリカ、ミョウガ、ダイコン	各1				検出限界値 きざんで測定：10ベクレル/キログラム きざまず測定：25ベクレル/キログラム
計29品目	52				

## 個人線量計（ガラスバッジ）測定結果について

平成23年9月から、中学生以下の子どもと妊婦の皆さんがガラスバッジを着用し、積算線量を測定しています。平成30年（6月～8月）の測定結果がまとまりました。

ガラスバッジ回収人数1,637人のうち、最小値は検出限界値未満、最大値は0.29<sup>μ</sup>Svシーベルト、全体の平均値は3カ月で0.04<sup>μ</sup>Svシーベルトでした。



### 野口先生のアドバイス

低い線量に取まっており、十分に安全な状態にあります。安心して生活してください。



## 米の全量全袋検査を実施しています

本宮市地域農業再生協議会では、平成30年産米約23万袋の全量全袋検査を実施しています。

全ての玄米（出荷米・直接販売する米・自分の家で食べる米・親戚などへ贈答する米・ふるい下米・飼料用米など）は全量全袋検査（放射性物質の測定）を受けないと、出荷・販売・譲渡・摂取ができませんので、必ず検査を受けるようお願いいたします。

県内の米は、全て検査していますので、安心してお召し上がりいただけます。

☎ 本宮市地域農業再生協議会 ☎ 24-5385

## 内部被ばく検査を実施しています

11月は荒井・仁井田地区の4歳以上の市民を対象にご案内をしています。対象地区以外でも受けられますので、希望者は保健課へお問い合わせください。

日程：1日(木)、7日(水)、9日(金)、14日(水)、15日(木)、18日(日)、21日(水)、22日(木)、25日(日)、28日(水)、29日(木)、30日(金)

☎ 保健課 健康増進係 ☎ 63-2780

## 仮置き場内の空間線量

市内22箇所の仮置き場内の空間線量は10月15日現在、最小値0.05マイクロシーベルト/時～最大値0.14マイクロシーベルト/時です。今後ともご理解とご協力をお願いします。

# 本宮の書齋から

RECOMMEND

## 今月の一冊



### 『わたしは10歳、本を知らずに育ったの。』

- ▶著者 鈴木 晶子 ほか
- ▶出版 合同出版

アジアには貧困のため、あるいは内戦のため、さまざまな事情で本を読むどころか読み書きができない子どもたちがまだ大勢います。本書ではそんな中で36年に渡ってアジアで図書館作りや翻訳絵本を手渡してきた日本のNGOの活動を紹介します。子どもにとっての本は広い世界へ飛び立つための翼なのだということを改めて教えてくれている一冊です。

しらさわ夢図書館 ☎ 44-2112 中央公民館図書室 ☎ 33-2611

どちらの窓口からも借りることができます。

【利用時間】(火)~(土) 9:30~20:00 (日)・(祝) 9:30~17:00

【休館日】11月5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)

NEW ARRIVALS

## おすすめ新着本



### 『羽毛恐竜 恐竜から鳥への進化』

▶大島 英太郎



『ルビィのぼうけん こんにちは! プログラミング』  
リンダ・リカウス



『しのぶあだたらのおかしな話』  
麦わらぼうしの会



『サリバン先生とヘレン ふたりの奇跡の4か月』  
デボラ・ホプキンソン



『読書という荒野』  
見城 徹



『4歳の僕はこうしてアウシュビッツから生還した』  
マイケル・ポーンスタイン



『地図から消される街』  
青木 美希

MEMORIES

## 私の一冊



『だーだーおばあさん』  
あさん / 佐野洋子

「だって私は98のおばあちゃんだもの」と、いつも口癖のおばあさん。ある日、猫はおばあさんの99才のお誕生日のろうそくを頼まれましたが、途中で落ちてしまい残ったろうそくは5本でした。5本のろうそくをきっかけに、おばあさんの生活がエネルギーに変身します。猫とおばあさんとの対話が何ともいえないユーモアにあふれていて、愛らしく、やさしい気持ちになれる楽しい絵本です。子どもから大人までおすすめしたい絵本です。【菅野順子さん / 仁井田】

### 図書館(室) イベント情報

※会場はいずれも夢図書館視聴覚室

### 本宮市子ども読書フォーラム

- とき** 11月9日(金) 13時30分~15時30分
- 内容** 講話「絵本のたのしみ ~作り手からのメッセージ~」  
絵本の楽しみ方、子どもへの与え方について講師から話を聞きます。
- 講師** 株福音館書店 元編集長 作田真知子 先生
- 申込** しらさわ夢図書館 ☎ 44-2112 へお申し込みください。(参加無料)

### ドリームおはなし会

- とき** 11月25日(日) 11時~11時30分
- 内容** 季節の絵本の読み聞かせ、手袋人形、わらべうた、紙しばい、パネルシアター、エプロンシアター、工作など。

### 赤ちゃん・妊婦さんへのおはなし会

- とき** 11月30日(金) 11時00分~11時20分
- 内容** 赤ちゃんへの絵本の読み聞かせやわらべうた、親子でのふれあいあそびなどを行います。また妊婦さん、新米ママ向けの赤ちゃんへの接し方や子育て豆知識などについてもお話します。

# いきいき健康だより

問 市民課 国保年金係  
☎ 24-5342



## 国民健康保険加入者の皆さんへ「医療費のお知らせ」をはじめます！

医療費のお知らせとは、受診した医療機関などの名称やそのときに支払った医療費などが記載されているお知らせ（医療費通知）です。市では、国民健康保険に加入の皆さんを対象に、平成30年1月受診分からの医療費のお知らせを送付します。

### ■「医療費のお知らせ」の目的

#### 1. 健康状態や医療費を確認できる

一定期間の医療費のお知らせを見比べると、その間の健康状態や支払った医療費がわかります。さらに、それを前年の同一期間と比べることで、新たにかかった病気はないのか、健康状態は維持できているのか、また、病状は悪化していないかなど、ご自身やご家族の健康状態を確認・記録することができます。

#### 2. 国民健康保険税を有効に使うために

一人一人が自らの健康状態を管理し、健康になるよう努めていただくことで、医療費の増加が抑えられ、国民健康保険財政の健全化につながります。

### ■「医療費のお知らせ」が届く時期

初回のみ平成30年1月～8月受診分をまとめて平成30年11月に送付します。その後は2カ月に1度送付する予定です。なお、世帯の中に医療機関などの受診者がいなければ送付されません。

### ■留意事項

1. 医療費のお知らせは世帯主あてに送付します。また、再発行できませんので、大切に保管してください。
2. 医療機関などからの請求に基づき、国民健康保険より医療費の支払いが行われた分についてお知らせを作成しています。ただし、該当月に受診があっても医療機関などからの請求が遅れた場合には記載されないことがあります。
3. 一部負担金額〔窓口負担相当額〕については、医療費の助成制度や窓口で支払う自己負担分の端数処理などにより、実際に窓口で支払った金額と異なることがあります。
4. 病名などの診察内容に関するお問い合わせは直接医療機関などへお願いします。
5. 医療費のお知らせは請求書ではありません。医療費のお知らせを受け取ったことにより、特に手続きを行う必要はありませんが、心あたりのない受診の記載などがありましたら、本宮市役所 市民課 国保年金係までご連絡ください。

## 洋服お直しお気軽に！

どなたも  
必需品

# 礼服

直せば着れる物  
沢山あります  
—ご相談無料—

紳士・婦人各種 衣料品全般 学生服全般

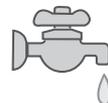
こんなお困りありませんか

- ・なんか体に合わない！・なんかみっともない！
- ・サイズが大きい・小さい・長い・短い！
- ・お譲り品で体に合せたい・病気で痩せてしまった！

 **お直し工房**  
TEL33-4512

本宮市本宮字中條14〔二本松信金となり〕

## 水まわりのリフォームで快適な暮らしを！



お風呂・台所・トイレ・洗面台の  
リフォームなら当社におまかせ！  
給湯器など水道設備の修理も承ります



## (株)小山設備

〒969-1124 本宮市本宮字仲町39  
TEL0243-33-3031 FAX0243-33-3036

## 新車 / 中古車販売 / 車検整備はお任せ下さい



# 福島トヨタ

## くるまックス本宮店

〒969-1104 本宮市荒井字青田原 209-1  
TEL:0243(63)5555 FAX:0243(63)5560

## Innocent 美容室 イノセント

毎週月曜・金曜日はカットデー！

- カット 1,600円 シャンプー・ブロー込み  
(ロングは +300円) 月・金以外はカット 2,200円
- カラー 4,800円 (シャンプー+1,000円)
- パーマ 4,300円～ (カット料金込み)
- ※女性限定メニューになります (男性は成人男性カット 3,300円)

ご予約できます！ (月・金以外)  
本宮市本宮字館町 199-1 毎週水曜定休日 tel 0243-34-6030

「広蔵を見たよ」  
「お伝えください！」



広告

## 行事 影絵の会

福島大学児童文化研究会影絵部の皆さんによる楽しい影絵ショー。

▶日時：11/17(土) 10:30～11:30

▶場所：えぼか 健康増進広場

問えぼか ☎ 63-2780

## 行事 おもちゃの病院

「郡山おもちゃの病院」のおもちゃドクターによる、おもちゃの修理を行います。壊れたり動かなくなったおもちゃがありましたら、当日お持ちください。※子ども用おもちゃのみ

▶日時：11/25(日) 10:00～15:00

▶場所：イベント交流広場

▶料金：修理は無料。修理に必要な部品代のみ必要。

問えぼか ☎ 63-2780

## 行事 戦没者追悼式

戦没者と戦時災害死没者を追悼し、その冥福と恒久平和を願うため、戦没者追悼式を行います。

▶日時：11/30(金) 10:00～

▶場所：白沢公民館 大ホール

問社会福祉課 社会福祉係 ☎ 24-5371

## 仕事 就職相談会

市では、専門の相談員が、就職に関するさまざまな相談に応じる就職相談会を開催します。就職相談のほか、職業紹介、応募書類の書き方などの相談に応じます。相談費用は無料。

▶日時：11/15(木) 13:00～16:00

▶場所：中央公民館 第2研修室

問ふくしま生活・就職応援センター  
郡山事務所 ☎ 024-925-0811

## 行事 野菜の力 ～体温を上げて、免疫力アップ～

野菜ソムリエの藤田浩志氏による食の力講座を開催します。これから旬を迎える、冬野菜を積極的に取り、体温を上げて、免疫力を高めましょう！旬の野菜の試食あり。



▶日時：11/21(水) 13:30～15:00

▶場所：えぼか

▶定員：60人

▶申込：11/19(月)まで電話でお申し込みください。

問保健課 健康増進係 ☎ 63-2780

## 行事 えぼかの台所

「糖尿病予防」をテーマに実習を行います。

▶日時：① 12/5(水) ② 12/7(金)  
③ 12/12(水) 10:00～13:00

▶場所：えぼか 調理室

▶料金：300～500円

▶定員：25人※10日前までにお申し込みください。

問保健課 健康増進係 ☎ 63-2780

## 行事 子育て支援事業 「いっしょにあそぼう」



郡山女子大学短期大学部幼児教育学科の学生さんによるオペレッタや体操。親子でお楽しみいただけます。

▶日時：11/11(日)・12/2(日) 10:30～

▶場所：えぼか 健康増進広場

問えぼか ☎ 63-2780

## 情報なび

「行事」「募集」「健康」などあなたの暮らしに役立つ情報コーナーです。

本宮市役所 ☎ 0243(33)1111 (代表)

〒969-1192 本宮市本宮字万世 212

<http://www.city.motomiya.lg.jp/>

## 行事 井上あずみ&ゆーゆ ファミリーコンサート



『となりのトトロ』『天空の城ラピュタ』『魔女の宅急便』のジブリ作品でおなじみの井上あずみと愛娘ゆーゆがお届けするファミリーコンサート♪

▶日時：12/15(土) ① 11:00～

② 14:00～(各回30分前開場)

▶場所：サンライズもとみや

▶料金：全席指定1,000円  
(高校生以下無料)※3歳未満のお子さんは、ひざ上で鑑賞可。

▶販売場所：中央公民館、白沢公民館

▶その他：3歳未満は、先着順で託児の申し込みができます。

問白沢公民館 ☎ 44-2350

## 行事 社会保険労務士制度 50周年記念講演会

教育評論家の尾木直樹氏(尾木ママ)による基調講演『人を育てる～「福島」で生きる子どもたちへのメッセージ』があります。HPよりお申し込みを。

▶日時：11/20(火) 13:30～15:00

▶場所：福島テルサ FT ホール

▶申込：<http://fukushima-sr.jp>

問福島県社会保険労務士会

☎ 024-535-4430



今年で何歳？車検は愛車の誕生日！

「安い」「早い」「安心」

## 車検のコバック 本宮店

ご予約・お見積りは「車検証」を見ながらお電話でどうぞ

本宮市本宮字中台 22 (国道4号沿い)

フリーダイヤル 0120-589-550



広告



## ファイブコグ検査

認知症を予防するために脳の健康度検査を受けてみませんか？

高齢者のための集団で行う脳の機能検査として開発された「ファイブコグ検査」では、映像を見ながら、記憶・言語・注意・思考などについて測定ができ、結果を認知症の予防に役立てることができます。

- ▶日時：① 12/7(金) 10:00～11:30  
② 12/21(金) 10:00～11:30
- ▶場所：えぼか（2階 中会議室）
- ▶対象：65歳～84歳で検査に2回とも参加できる人。
- ▶定員：先着50人。※定員となり次第募集を締め切ります。※以前検査を受けたことがある人はご遠慮ください。
- ▶持ち物：鉛筆またはシャーペン、眼鏡（必要な人）
- ▶申し込み：11/26(月)まで、居住地の地域包括支援センターにご連絡ください。

岡本宮第一地域包括支援センター  
（本宮・高木） ☎ 24-6220  
本宮第二地域包括支援センター  
（青田・荒井・仁井田・岩根・関下）  
☎ 34-3344  
白沢地域包括支援センター  
（和田・糠沢・白岩・長屋・稲沢・松沢）  
☎ 24-5131

## 複十字シール募金

世界中の結核を撲滅し、肺がんやその他の胸部疾患をなくして、人々が健康で幸せであるために、病気予防を目的に事業資金を集めるのが複十字シール募金です。毎年健康を守る連盟が募金活動を積極的に行っています。昨年の募金額は447,780円でした。しらさわ秋祭りでも募金を受け付けます。岡保健課 健康増進係 ☎ 63-2780

## コンビニで住民票などがとれるようになります！

～休日にマイナンバーカードを作ろう！～

来年3月1日から「マイナンバーカード」を使って、住民票の写しや印鑑登録証明書などが全国のコンビニエンスストアでとれるようになります。

サービス開始に先立ち、10月11月をマイナンバーカード普及促進月間とし、下記日程は休日でも窓口で申請を行うことができます。

### 休日の受付日時

受付日	場 所
11月4日(日)	市役所・総合支所
11月17日(土)	えぼか・総合支所
11月23日(金)	市役所・総合支所
11月25日(日)	

※受付時間は9:00～17:00

※予約は不要です

※無料で顔写真を撮影します。

申請するご本人がお越しください

（代理申請はできません）



### 必要書類

- ①ハンコ（認印可）
- ②マイナンバー通知カード
- ③住民基本台帳カード（お持ちの人）
- ④運転免許証など※の本人確認書類（原本）

⑤顔写真（無料で撮影します）

持参される場合【顔写真の規格】

- ・サイズ 縦4.5㍍ 横3.5㍍
- ・6カ月以内に撮影したもの
- ・正面、無帽、無背景のもの

※詳しくは広報もとみや9月号をご覧ください。お問い合わせください。

岡市民課 市民窓口係 ☎ 24-5341

## きぼうホットライン

市では、毎週水曜日にこころの健康電話相談「きぼうホットライン」を実施しています。午前10時から午後5時まで、専門の精神保健福祉士が相談をお受けします。匿名でのご相談も可。相談して **34-5560** までお気軽に電話してください。

岡保健課 健康増進係 ☎ 63-2780

## こころの相談室

専門家（臨床心理士）が、心の悩み、不安などの相談に応じます。

▶日時：11/22(木) ① 13:00～

② 14:00～ ③ 15:00～

▶場所：えぼか

▶申込：完全予約制。事前に電話でお申し込みください。

岡保健課 健康増進係 ☎ 63-2780

## お客様“ありがとう”抽選会

毎月抽選で10名様に1,000円分の買い物券が当たります。

### 今月の当選番号

- 01-175 (南町裡) 02-090 (九縄)
- 03-265 (上高木) 04-045 (下高木)
- 06-370 (千代田) 10-064 (中野)
- 13-041 (仁井田) 14-075 (兼谷平)
- 15-447 (岩根) 16-225 (和田)

■今月、買物券の使えるお店は

- ▶大天狗酒造（駅前）▶呑み食いどころ大和（中條）
- ▶菓匠きねや（下町）▶ベーカリーヌカザワ（荒町）
- ▶カフェ蔵（中條）です。

■買物券は当選者までお届け致します。

■ご利用有効期限は本日より12月末日です。

【みずいる夢カード】始めました。ガス器具類ご購入分押印致します。

Rinnai  
DELICIA



株式会社 岩城屋商店

本宮字荒町58

TEL 0243-34-2632

## 11月の乳幼児健診

### 3～4カ月児健康診査

対象	日にち	受付時間
平成30年7月1日～31日生まれ	15日(木)	13:00～13:30

### 10カ月児健康診査

対象	日にち	受付時間
平成30年1月1日～31日生まれ	29日(木)	13:00～13:30

### 1歳6カ月児健康診査

対象	日にち	受付時間
平成29年4月1日～30日生まれ	14日(木)	13:00～13:30

### 3歳児健康診査

対象	日にち	受付時間
平成27年7月5日～8月2日生まれ	28日(木)	13:00～13:30

### 親と子の健康相談

対象	日にち	受付時間
妊婦・乳幼児～高校生の保護者	19日(月)	10:00～11:00

※場所はいずれも「えぼか」。  
 ※健康相談には「母子健康手帳」をお持ちください。

## 暮らし

### 住生活総合調査

12月1日、全国で住生活総合調査が行われます。住生活の安定・向上に係る総合的な施策を推進する上で必要な調査ですので、ご協力をお願いします。

▶対象：10月に実施された住宅・土地統計調査に回答いただいた世帯の中から抽出された世帯

▶調査方法：調査の対象となる世帯には、11月下旬からポストインにより調査票を配付し、郵送・オンラインにより回収します。

国土交通省住宅局住宅政策課

☎ 03-5253-8111 (内線 39235)



## 相談

### 特設人権相談会

12/4(火)から10(月)の人権週間に合わせ、特設人権相談会を開催します。予約は不要で、秘密は守られますのでお気軽にご相談ください。

▶日時：① 12/9(日) 10:00～15:00  
 (中央公民館 第1研修室)

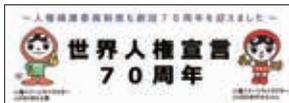
② 12/10(月) 10:00～15:00  
 (白沢公民館 第1研修室)

▶その他：「特設人権相談会」に限らず、電話相談を行っています。悩み事がありましたら、お電話ください。(年末年始を除く平日の8:30～17:15)

みんなの人権 110番 ☎ 0570-003-110  
 子どもの人権 110番 ☎ 0120-007-110  
 女性の人権ホットライン ☎ 0570-070-810  
 圏生活環境課 地域交流係 ☎ 24-5361

## 行事

### 世界人権宣言70周年記念展示



世界人権宣言70周年を記念して、人権に関することや人権擁護委員の活動を紹介するパネル展示を行います。

▶日時：12/8(土)～12/10(月)

▶場所：中央公民館展示ホール

圏生活環境課 地域交流係 ☎ 24-5361

## 福祉

### 県民介護講座 (介護ワンポイント講座)

「認知症を正しく知ろう」についての講座。認知症は誰にでも起こりうる脳の病気です。認知症の種類や症状、また本人への接し方について学びます。

▶日時：11/17(土) 13:00～15:00

▶場所：福島県男女共生センター

▶料金：無料

圏福島県社会福祉協議会 介護実習・普及センター ☎ 23-8306

## 子育て

### 11月は児童虐待防止推進月間です

あなたの1本のお電話で救われる子どもがいます。「児童虐待かも?」と思ったらすぐにお電話ください。「189」にダイヤルすると地域の児童相談所につながります。

■子育てでイライラしたり、子育てを負担に思ったりすることは多くの親が経験することです。

■もしあなたの周りに心配な親子がいたら、勇気を出して誰かに相談しましょう。児童相談所や市町村の児童相談窓口では、匿名の相談にも応じており、秘密は固く守られます。

◀家庭児童相談室へご相談ください▶

家庭児童相談室では、すべての子どもが心身ともに健やかに育つよう、子育ての悩みや子どもの障がい、虐待など、子どもと家庭の問題について、家庭児童相談員が電話または面談での相談を受け付けています。面談を希望される場合は、事前に電話でご予約ください。



圏家庭児童相談室 (子ども福祉課内)  
 ☎ 24-5376

## 相談

### 全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間では期間中、夫・パートナーからの暴力やストーカーなど女性をめぐるさまざまな人権問題の解決を図るため、電話相談の取り組みを強化します。

▶日時：11/12(月)～18(日) 8:30～19:00

※ 17(土)と18(日)は午前10時から午後5時まで

※期間以外でも、平日8:30～

17:15まで相談に応じています。

▶電話：☎ 0570-070-810

(全国共通ナビダイヤル)

圏福島地方法務局人権擁護課  
 ☎ 024-534-1994

## TOTOリモデルクラブ

水まわりのトラブル 不便解消 修繕

リフォーム 配管 快適生活



株式会社 **タカマツ** 33-5242

もとみや おおたま にほんまつ みはる 上下水道工事指定店



真心・親切、お客様の足となり日々安全運転!

一般貸切旅客自動車運送業

小型バスから大型バスまで

観光・研修会・冠婚葬祭等バスのご利用は

## 協和交通株式会社

TEL 0243-34-4450 FAX 0243-34-4481

〒969-1101 福島県本宮市高木字猫田53-1



# 相続登記Q&A

## 第2回「誰が相続人となるの?①」

**Q** 先日夫が亡くなりました。私たちには息子が2人いましたが、長男は先に亡くなり、嫁と孫1人がいます。二男は独身です。誰が夫の相続人になりますか？

**A** 亡くなった方（被相続人）が遺言を残していない場合、民法で定められている優先順位により相続人が決まります。配偶者は常に相続人となりますが、その他の相続人は次の順番で決まります。

- ①被相続人の子（被相続人より先に亡くなっている場合は孫）
- ②被相続人の父母（どちらも先に亡くなっている場合は祖父母）
- ③被相続人の兄弟姉妹（先に亡くなっている場合は甥姪）

被相続人より先に子が亡くなっている場合、孫が代わりに相続人になります。これを代襲相続と言います。これに対し、先に亡くなった子の配偶者は代襲相続人とはなりません。

今回の場合、配偶者（あなた）、子（二男）、孫の3人が相続人となります。

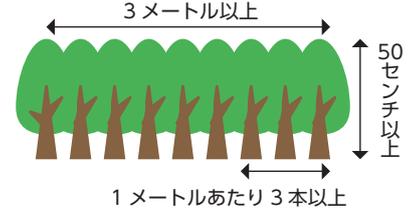
〒福島県司法書士会 ☎ 024-534-7502  
 福島地方務局 ☎ 024-534-2045

## 暮らし 生けがきを 作りませんか！

市では、緑豊かなまちづくりを進めるために、これから生けがきを設置する人に補助金を交付しています。また、生けがき設置のためブロック塀などの取り壊しを行う場合は、その工事費を補助します。ご希望の場合は、事前に問い合わせ先までご相談ください。

### ▼生けがきを設置する場合

- ▶条件：①公衆用道路に面した部分が道路から見通しのきく部分が3メートル以上であること。
- ②1メートルあたり3本以上植栽されること。
- ③敷地境界線の一边に連続して生けがきを設置するものであること。
- ④生けがき用樹木は、列状に並び、外部から眺望できる部分が50センチメートル以上あること。
- ⑤5年間以上生けがきとして活用すること。



- ▶補助金額：生けがきの延長×1㎡当たりの事業費（限度額5千円）×1/2＝補助金額（限度額5万円）  
 (例) 1㎡当たりの事業費が7千円で、12㎡を植栽した場合  
 → 12㎡×5千円×1/2＝3万円

### ▼ブロック塀などを取り壊す場合

- ▶条件：①生けがき設置のために取り壊しを行うこと。
  - ②生けがき設置場所と同じ場所のブロック塀などであること。
  - ▶補助金額：ブロック塀などの延長×1㎡当たりの事業費（限度額1万円）×1/2＝補助金額（限度額10万円）
- 〒福島県まちづくり推進課 まちづくり係 ☎ 24-5405

ご家族あてに送られた控除証明書を添付の上、申告してください。  
 ▶受付時間：8:30～19:00（月～金）  
 9:00～17:00（第2土曜日）  
 ※日・祝日、12月29日～1月3日は利用できません。  
 閩ねんきん加入者ダイヤル  
 ☎ 0570-003-004（ナビダイヤル）

## 暮らし 控除証明書は 大切に保管を！

国民年金保険料は、所得税、住民税の申告の際、全額が社会保険料控除の対象となります。日本年金機構本部から送付される社会保険料（国民年金保険料）控除証明書は、年末調整・確定申告で必要となりますので、大切に保管してください。

- ▶平成30年1月1日から10月1日までに納付した場合：「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が11月上旬に日本年金機構本部から送付されます。年末調整や確定申告の際に、必ず証明書を添付してください。
- ▶平成30年10月2日から12月31日までに納付した場合：翌年2月上旬に送付されます。  
 ※ご家族の国民年金保険料を納付した場合も、ご本人の社会保険料控除に加えることができますので、

## 暮らし 「お金」に関する 出前講座

財務省福島財務事務所では、地域のコミュニティ活動や各種団体の会合などにお伺いし、「おこづかい帳をつけよう（小学生向け）」「日本の財政を考えよう（一般向け）」「金融犯罪（なりすまし詐欺等）被害防止」などさまざまなテーマで出前講座を行っています。費用は一切かかりませんので、お気軽にお問い合わせください。  
 閩財務省福島財務事務所 総務課  
 ☎ 024-535-0301



オーブの「ご法宴」  
 会席膳 4,000円～  
 (税サ別)  
 ■イス席でのご準備■  
 室料無料・バス送迎有 (有料)

オーブのランチ  
**¥870**  
 (週替わり)  
 A ハンバーグ  
 B パスタ  
 C オムライス  
 月～土  
 11:30～14:30  
 (LO14:00)  
 ドリンクバー + ¥120



〒福島市本宮南町裡 38 URL <http://www.m-mot.com/aube/>  
 TEL.24-8140 FAX.24-8141

広告

ごみの収集を休みます

11月3日(土) 文化の日

11月23日(金) 勤労感謝の日

ごみの収集を行いませんので、ごみステーションへごみを出さないようご協力をお願いします。また、もとみやクリーンセンターへの個人搬入もできませんのでご注意ください。

圃もとみやクリーンセンター  
☎ 33-5499  
生活環境課 環境係 ☎ 24-5362  
白沢総合支所 市民福祉課  
☎ 44-2114

相談 法テラス二本松 土曜相談を始めました

法テラス二本松では、試行的に土曜日の相談を開始しました。試行期間は、平成31年3月31日までです。身近な法的トラブルについて、弁護士による法律相談が土曜日(第2・4週のみ)にもご利用いただけます。

曜日	相談内容
火～土曜日	弁護士
火曜日	行政書士
	社会福祉士
	社会保険労務士
水曜日	司法書士
木曜日	税理士
	建築士
	土地家屋調査士

▶受付時間：9:00～17:00  
▶相談予約・問い合わせ：  
法テラス二本松  
(二本松市郭内1-196-1 福島県男女共生センター4階)  
☎ 050-3381-3803

心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

▶出願期限：第1回…2/28(木)まで  
第2回…3/17(日)まで  
※資料を無料で差し上げています。  
お気軽に放送大学福島学習センターまでご請求ください。  
圃放送大学福島学習センター  
☎ 024-921-7471

暮らし 広報もとみやを スマホへ自動配信!



無料の専用アプリ「マチイロ」をスマートフォンやタブレット端末にダウンロードするといつでも手軽に「広報もとみや」を閲覧することができます。最新号を発行日に自動で端末にお知らせしたり、市HPの新着情報をチェックできたり、便利な機能が盛りだくさんです。

ダウンロードはこちら  
圃秘書広報課 広報広聴係 ☎ 24-5332



相談 多重債務相談窓口

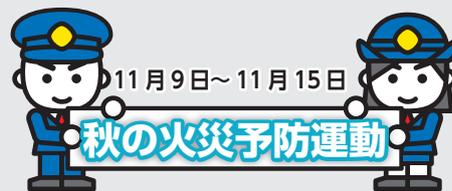
財務省福島財務事務所では、借金を抱えお悩みの皆さんからの相談に応じています。借金問題はさまざまな方法で解決できます。秘密厳守、相談無料です。お気軽にご相談ください。

▶相談窓口：福島市松木町13-2  
財務省福島財務事務所 理財課  
▶受付時間：月曜日～金曜日  
(祝日、年末年始除く)  
8:30～12:00、13:00～16:30  
▶電話：☎ 024-533-0064  
(多重債務相談窓口専用)

▶FAX：024-535-0311  
▶FAX、電子メール相談専用サイト  
URL：[http://tohoku.mof.go.jp/b2\\_kinyu/03\\_kashikin/soudanmadoguchi.html](http://tohoku.mof.go.jp/b2_kinyu/03_kashikin/soudanmadoguchi.html)

募集 放送大学入学生募集

放送大学が、2019年4月入学生を募集しています。10代から90代の幅広い世代、約9万人の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で学んでいます。



11月9日～11月15日

秋の火災予防運動

秋が深まりストーブやこたつが恋しい季節になってきました。本格的な冬の訪れを前に、火災予防運動に合わせ暖房器具やその周りを点検しましょう。

暖房器具による火災を防ぐために

- ①衣類などの可燃物やスプレー缶を暖房器具の周りに置かない。
- ②暖房器具の火は必ず消してから外出する。
- ③定期的に点検を行ない、調子が悪いときは専門業者に見てもらおう。



圃安達地方広域行政組合 南消防署 ☎ 33-2875

水道工事はお任せ! 本宮市水道工事指定店会

- オオナミ ㈱ ☎ 024-11001  
本宮市高木字戸崎63番地3
- 南光設工業所 ☎ 024-18005  
本宮市青田字孫子2番地25
- ㈱小山設備 ☎ 024-30911  
本宮市本宮字仲町39番地
- ㈱須藤住機工業 ☎ 024-55500  
本宮市本宮字小幡33番地1
- ㈱タカマツ ☎ 024-52422  
本宮市本宮字一ツ屋12番地7
- ㈱浜野和水道 ☎ 024-27000  
本宮市本宮字塩田49番地2
- ㈱本宮設備 ☎ 024-25000  
本宮市本宮字南町裡144番地1
- ㈱三和設備 ☎ 024-45420  
本宮市和田字作田3番地1

健康を食べて みませんか

本宮烏骨鶏 酵母卵  
Motomiya Ukokei



天恵鶏 (本宮烏骨鶏)

(株) 本宮烏骨鶏  
本宮市岩根字苗代田8-1  
TEL&FAX 0243-24-8553



# 11月のイベント情報

※○の中の数字は掲載ページ番号です

市 本宮市役所  
え えばか

支 白沢総合支所  
夢 しらさわ夢図書館

中公 中央公民館  
FM FM モットコム

白公 白沢公民館  
サ サンライズ本宮

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
10/28 福島県知事選挙 7:00 ~ 18:00 秋の英語のおはなし会 11:00 ~ 11:40 ⑩ もとみや秋祭り	10/29 窓口延長（各種証明書の発行） ~ 19:00 市民課	10/30	10/31 男性の料理教室 10:00 ~ 13:00 ⑤ ミニミニハロウィンパーティー 10:30 ~ ⑤ 10月の納期限	1	2	3 市民表彰式 10:00 ~ 11:20 ④ ごみの収集を休みます
4 マイナンバーカード申請休日窓口⑩ 9:00 ~ 17:00 ④支	5 窓口延長（各種証明書の発行） ~ 19:00 市民課	6 	7	8 筋膜体操教室 10:00 ~ ⑥ 飼犬のしつけ方教室 10:00 ~ 12:00 ポディリメイクスクール⑩ 13:30 ~ ⑤	9 へそのまぢまぢみちゃん情報コーナー 放送 11:30 ~ 11:43 FM ふるさと・ふくしま合同就職面接会 13:00 ~ 15:00 本宮市子ども読書フォーラム⑩ 13:30 ~ 15:30 ⑩ 	10
11 2018 本宮市しらさわ秋祭り 9:00 ~ 16:00 いっしょにあそぼう⑩ 10:30 ~ ⑤	12 窓口延長（各種証明書の発行） ~ 19:00 市民課 女性の人権ホットライン強化週間⑩（~ 11/18） 8:30 ~ 19:00	13	14 1歳6カ月児健診② 13:00 ~ 13:30 ⑤	15 3~4カ月児健診② 13:00 ~ 13:30 ⑤ 就職相談会⑩ 13:00 ~ 16:00 中公	16	17 マイナンバーカード申請休日窓口⑩ 9:00 ~ 17:00 ⑤支 影絵の会⑩ 10:30 ~ 11:30 ⑤ 県民介護講座② 13:00 ~ 15:00
18	19 窓口延長（各種証明書の発行） ~ 19:00 市民課 親と子の健康相談② 10:00 ~ 11:00 ⑤	20	21 食の力講座⑩ 13:30 ~ 15:00 ⑤ （要申込）	22 こころの相談室② ① 13:00 ~ ② 14:00 ~ ③ 15:00 ~（要予約）⑤	23 マイナンバーカード申請休日窓口⑩ 9:00 ~ 17:00 ④支 ごみの収集を休みます	24
25 マイナンバーカード申請休日窓口⑩ 9:00 ~ 17:00 ④支 おもちゃの病院⑩ 10:00 ~ 15:00 ⑤ ドリームおはなし会⑩ 11:00 ~ 11:30 ⑩	26 窓口延長（各種証明書の発行） ~ 19:00 市民課 ポディリメイクスクール⑩ 13:30 ~ ⑤	27 	28 3歳児健診② 13:00 ~ 13:30 ⑤	29 10カ月児健診② 13:00 ~ 13:30 ⑤	30 戦没者追悼式⑩ 10:00 ~ ④ 赤ちゃん・妊婦さんへのおはなし会⑩ 11:00 ~ 11:20 ⑩ 11月の納期限	12/1 
12/2 いっしょにあそぼう⑩ 10:30 ~ ⑤	12/3 窓口延長（各種証明書の発行） ~ 19:00 市民課 平成31・32年度入札参加資格審査申請受付⑩（~ 12/25）	12/4	12/5	12/6 1歳6カ月児健診 13:00 ~ 13:30 ⑤	12/7 ファイブコグ検査② 13:30 ~ ⑤ ポディリメイクスクール⑩ 13:30 ~ ⑤	12/8 世界人権宣言70周年記念展示②（~ 12/10）

## 編集後記

秋といえばスポーツ。ということで、10月21日に開催された第12回本宮駅伝を取材しました。晴天に恵まれて、運動をするのにちょうどよい天候の中、参加した人たちは爽やかな汗を流していました。最近、朝晩寒くなり、鍋が美味しい季節となりました。私は鍋にキノコやハクサイなどをたっぷり入れて、食欲の秋を堪能したいです。（氏）



▽本宮市商工会青年部  
（部長 北山研也さん）  
◎子どもの地域文化学習のため  
・カルタ 100セット



▽光建設株式会社  
（代表取締役 吉田光徳さん）  
◎教育発展のため  
・現金100万円

## 皆さんの善意

# 今月の納期

## 納期限 11月30日(金)

- ・国民健康保険税 (5期)
- ・介護保険料 (5期)
- ・後期高齢者医療保険料 (4期)

## 水道メーター検針

10月～11月分の水道メーター検針を、11月20日(火)から25日(日)に実施しますので、メーターボックスの上に物などを置かないよう、ご協力をお願いします。

## 人口と世帯

- ・平成30年10月1日現在
- 本宮市現住人口・世帯数

総人口	30,634人 (-7)
男性	15,121人 (-6)
女性	15,513人 (-1)
世帯数	10,520世帯 (21)

前月比  
カッコ内は

- 9月の自然増減 -13
- 9月の社会増減 5
- その他職権等 1

※自然増減：出生数と死亡数の差  
※社会増減：転入数と転出数の差

## 交通事故発生状況

- ・平成30年10月1日現在

	件数	死者	傷者
本年	6(59)	1(2)	6(62)
前年	6(70)	0(0)	6(80)
増減	0(-11)	1(2)	0(-18)

郡山北警察署本宮分庁舎より  
カッコ内は1月からの集計

## 定住促進住宅の募集

階	募集戸数	間取り	家賃(月額)	駐車場使用料(月額)
5階	4	6畳2室、4.5畳1室、DK	3万円	2千円/台
4階	1		3万4千円	
3階	1		3万8千円	
2階	1	4万円		
1階	1			

住宅名：本宮市定住促進住宅「サン・コーポラスしらさわ」

所在地：本宮市糠沢字小田部19番1

建設年：平成6年

※入居を希望される人は、入居基準の確認および必要書類の提出が必要ですので、建設課建築係(☎24-5392)へお問い合わせください。

## 漏水当番表

3日(土)	(株)小山設備 ☎33-3031	24日(土)	(有)光設工業所 ☎33-1895
4日(日)	(株)タカマツ ☎33-5242	25日(日)	(株)小山設備 ☎33-3031
10日(土)	(有)須藤住機工業 ☎48-2357	12月1日(土)	(株)タカマツ ☎33-5242
11日(日)	(有)三和設備 ☎44-4542	12月2日(日)	(有)須藤住機工業 ☎48-2357
17日(土)	(有)浜野和水道 ☎33-2788	12月8日(土)	(有)三和設備 ☎44-4542
18日(日)	(有)本宮設備 ☎33-2592	12月9日(日)	(有)浜野和水道 ☎33-2788
23日(金)	オオナミ(株) ☎33-1001 ☎33-2412	12月15日(土)	(有)本宮設備 ☎33-2592

※宅内の漏水で、早急に修理の必要がある場合のみ

## 日曜・休日の当番医

9時～11時30分 14時～16時30分  
定期的な診察や予防接種など緊急性のない受診はご遠慮ください。

3日(土)	⑤森小児科医院【小児】(二本松市郭内) ☎22-3215	25日(日)	⑤博愛会 東和クリニック【小児】(二本松市針道) ☎66-2122
	⑤三浦内科医院(二本松市亀谷) ☎23-3883		独立行政法人地域医療機能推進機構 二本松病院(二本松市成田町) ☎23-1231
	池田眼科医院(本宮市本宮字仲町) ☎34-4100		いしわたクリニック(本宮市荒井字東学壇) ☎63-2826
4日(日)	みうら内科クリニック(二本松市羽石) ☎22-5512	12月2日(日)	整形外科内科リウマチ科 小林医院(二本松市根崎) ☎22-0682
	二本松市岩代国保診療所(二本松市百目木) ☎56-2461		和田医院(二本松市小浜) ☎55-2303
	吉田耳鼻咽喉科医院(本宮市本宮字万世) ☎34-1330		⑤よしだこどもクリニック【小児】(本宮市高木字平内) ☎34-6418
11日(日)	佐久間内科小児科医院(二本松市本町) ☎22-0570	12月9日(日)	⑤森小児科医院【小児】(二本松市郭内) ☎22-3215
	⑤辰星会 柗病院(二本松市本町) ☎22-2828		ぱぱクリニック(二本松市油井) ☎24-7122
	やなぎほり皮膚科クリニック(本宮市高木字平内) ☎24-1028		⑤幹正会 よしだ内科(本宮市本宮字一ツ屋) ☎63-2333
18日(日)	⑤佐藤内科胃腸科医院【小児】(二本松市油井) ☎22-0174	12月16日(日)	土川内科小児科【小児】(二本松市槻木) ☎22-6688
	⑤青木整形外科医院(二本松市榎戸) ☎22-3103		しんいち内科(二本松市油井) ☎24-8420
	⑤上遠野内科医院【小児】(本宮市本宮字荒町) ☎33-5866		⑤落合会 東北病院(本宮市青田字花掛) ☎33-2588
23日(金)	かさい小児科クリニック【小児】(二本松市油井) ☎22-8800	12月23日(日)	渡辺医院【小児】(二本松市正法寺町) ☎62-3000
	野地眼科医院(二本松市若宮) ☎23-0024		さくらクリニック(二本松市藤之前) ☎62-3931
	⑤慈久会 谷病院(本宮市本宮字南町裡) ☎33-2721		本宮市国保白岩診療所(本宮市白岩字田中) ☎44-2008

## 休日・夜間の救急医療機関

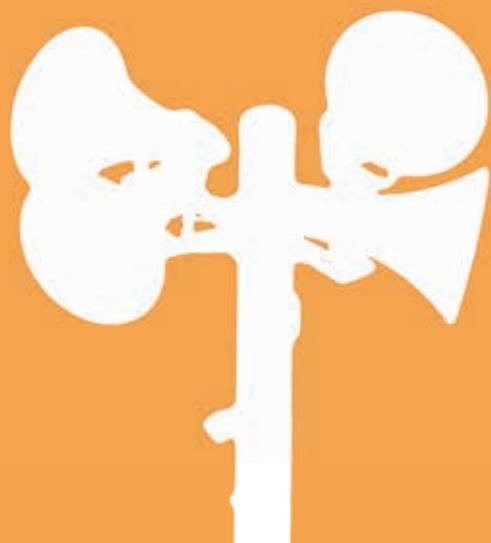
◎夜間18時～翌日8時 ●休日+夜間8時～翌日8時

月	11月																																	
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				
曜	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
柗記念病院				●			○					○							○					○										
柗病院			●					○			●					○				○							○							
谷病院	○				○				○				○				○			○			●									○		
二本松病院	○				○				○				○					●				○			●								○	

月	12月														
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
曜	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
柗記念病院		●			○					○				○	
柗病院	○				○			●					○		
谷病院			○			○				○					
二本松病院			○			○			○						○

病院群輪番制は、休日または夜間における入院治療を必要とする重症救急患者の医療確保を目的に、安達管内の病院(上記の4病院)が輪番制で診療にあたるものです。診察については、事前に病院へお問い合わせください。

柗記念病院 ☎22-3100 柗病院 ☎22-2828  
谷病院 ☎33-2721 二本松病院 ☎23-1231



# 自動起動 FM 緊急 防災ラジオ を配付します！

## 防災行政無線の戸別受信機に代わるものです

市では、これまで使用していた戸別受信機に代わり、市民の皆さんへの新たな情報伝達手段として「本宮市防災ラジオ」をお届けしています。これまでと同様に防災行政無線放送を聞くことができます。



## 白沢地区から順次、配付しています

平成30年10月から配付を開始しました。順次、白沢地区にお住まいの皆さんのご自宅に、配付を担当する事業者が設置に伺います。本宮地区にお住まいの皆さんには、12月上旬に配付を開始します。配付されるまでは、これまでどおり戸別受信機をご利用いただけます。「防災ラジオ」の設置と、これまでご利用いただいた戸別受信機の回収に、ご協力をお願いします。

## 10月下旬からテスト放送を開始！夜の放送は18:55～

「防災ラジオ」への移行に伴い、平成30年10月下旬から、テスト放送を開始しています。あわせて、防災行政無線の放送時間の一部が変更になります。詳しくは、右表をご覧ください。

※本放送は、「防災ラジオ」が市民の皆さんのお手元に届いてから開始します。(平成31年4月予定)

放送内容	現行	変更後	
		白沢地区 (10月29日以降)	本宮地区 (12月以降)
チャイム	6:00	6:00 (屋外のみ)	6:00 (屋外のみ)
一般放送	6:45	6:45	6:45
チャイム	12:00	12:00 (屋外のみ)	12:00 (屋外のみ)
こども見守り	14:00	14:00	14:00
チャイム	17:00	17:00 (屋外のみ)	17:00 (屋外のみ)
一般放送	19:30	18:55	18:55
チャイム	21:00	21:00 (屋外のみ)	21:00 (屋外のみ)

